

郑州长峰医院 荣获2017郑州经济年百姓认可专科医院

2017年,“中原医疗行业口碑榜”评选全面升级,进入“郑州经济年年度盛典”轨道,郑州长峰医院作为河南省血管瘤专业医院,荣获“2017郑州经济年百姓认可专科医院”称号。

四阶段筛选 郑州长峰医院脱颖而出

此次评选分为初选、社会评选、专家评审、荣誉公布4个阶段,涵盖“就医环境、医疗质量、服务态度、百姓满意度”等层次,评选流程公平、公正、透明。经过层层严格选评,河南郑州长峰医院凭借着其专业的血

管瘤专家团队、科学先进的诊疗技术、优质的暖心服务,以及对血管瘤、胎记领域的巨大贡献,得到了广大百姓及评审们的一致认可,从众多医疗机构当中脱颖而出。

据悉,近年来,随着血管瘤在婴幼儿中的发病率越来越高,郑州长峰医院作为河南省专业治疗血管瘤医院,一直致力于血管瘤、胎记等疾病的治疗与研究,开展了高频电凝微创治疗技术、彩超引导下微创治疗技术、复合窄光谱光动力技术等一系列微创疗法,以其创伤小、无痛苦、治愈后不留疤等特点,引起了血管瘤、胎记医学领域的巨大反

响,其中复合窄光谱光动力治疗技术还获得国家专利。这些技术的开展,打破了血管瘤治疗难、治疗留疤等难题,让血管瘤患者实现拥有美丽容颜的梦想。

不忘初心 造福河南血管瘤、胎记患者

据悉,在2017年4月6日,郑州长峰医院及长峰集团正式在新三板挂牌上市,成为我国在血管瘤领域的第一家上市医院,这是长峰医院发展的一个里程碑,也开启了国内专业治疗血管瘤的新征程。

郑州长峰医院现在已经是“全国微创科技示范基地”“中国华侨公益基金会笑玮儿童血管瘤基金河南省定点医院”“省市医保、新农合定点医院”。为了帮助贫困血管瘤患者也能得到有效治疗,郑州长峰医院联合河南电视台《健康同行》栏目及各地市卫计委、扶贫办等开展的“精准扶贫 健康同行”血管瘤胎记义诊活动,已经走过了17个县市,帮助了上万名贫困患者。郑州长峰医院不忘初心、爱同行的大医精神已撒遍中原大地,并成为河南血管瘤、胎记患者的福音。
郑报融媒记者 蒋晓蕾 韩新宝

1月20日大寒刚刚到来,闲不住的“腊八”便前后脚进了门,冷得刺骨的大寒,一锅用来慢慢熬煮,热乎乎香甜软糯的腊八粥,光是看着心都暖了起来,与家人朋友一起来分享,身体与心灵便感受到一股暖意。别小看这一碗粥,里面的学问多着呢。
郑报融媒记者 蒋晓蕾



腊八粥怎么熬? 想要不同的功效,这里面有门道

老少皆宜 腊八粥不仅是习俗,更是养生佳品

腊八粥作为腊八的习惯饮食,具有和胃、补脾、养心、清肺、益肾、利肝、明目、安神、通便等作用,可谓是面面俱到,同时丰富的营养为人体增强免疫力,提高耐寒指数。

“腊八粥”的主要原料为谷类,常用的有粳米、糯米和薏米。

粳米含蛋白质、脂肪、碳水化合物、钙、磷、铁等成分,具有补中益气、养脾胃、和五脏、除烦止渴、益精等功用。

糯米具有温脾益气的作用,适于脾胃功能低下者食用,对于虚寒泄利、

虚烦口渴、小便不利等有一定辅助治疗作用。

中医认为薏米具有健脾、补肺、清热、渗湿的功能,经常食用对慢性肠炎、消化不良等症也有良效。富含膳食纤维的薏米有预防高血脂、高血压、中风及心血管疾病的功效。

豆类是“腊八粥”的配料,常用的有黄豆、赤小豆。黄豆含蛋白质、脂肪、碳水化合物、粗纤维、钙、磷、铁、胡萝卜素、硫胺素、核黄素、尼克酸等,营养十分丰富。国家二级营养师王旭峰认为,豆类具有健脾燥湿、利水消肿之

功,对于脾虚腹泻以及水肿有一定的辅助治疗作用。如果在“腊八粥”内加入果仁、羊肉、狗肉、鸡肉等,就更使腊八粥营养滋补价值倍增。对于高血压患者,不妨在粥里加点白萝卜、芹菜,对于经常失眠的患者,如果在粥里加点龙眼肉、酸枣仁将会起到很好的养心安神作用,何首乌、枸杞子具有延年益寿的作用,对血脂也有辅助的调节作用,是老年人的食疗佳品。大枣也是一种益气养血、健脾的食疗佳品,对脾胃虚弱、血虚萎黄和肺虚咳嗽等症有一定疗效。

不同体质 可选择不同食材

粥中水分较多,稀的食品容易使胃酸分泌过多,刺激肠胃引起疼痛。所以,肠胃不好的人可以把腊八粥稍微熬稠一些,而且最好在食用腊八粥的同时吃些干的食物,如面包、馒头片等。腊八粥作为日常营养配餐和调剂饮食生活的一道美食,对于不同年龄不同体质的人来说,食材上可以有多种选择。

糖尿病人:燕麦、荞麦为首选

营养学上并不主张糖尿病人过严地限制碳水化合物,但要选用血糖生成指数较低的碳水化合物。王旭峰说,富含膳食纤维的食物可降低血糖,特别是燕麦、大麦和一些豆类所含的可溶性纤维,可在胃内形成黏稠物质,延缓葡萄糖的吸收,不

会导致餐后血糖突然上升。荞麦中含有铬,有增强胰岛素的作用,在临床上用于糖尿病的营养治疗。所以,糖尿病病人可多选燕麦和荞麦做主料。糖尿病病人喝腊八粥最好不要放糖。

老年人:可多放点大豆

老年人应饮食多样化,多吃大豆及其制品,大豆中丰富的生物活性物质大豆异黄酮和大豆皂甙可以抑制体内脂质过氧化,能够预防骨质疏松症。老年人胃肠功能减弱,腊八粥正好软烂易消化,加上粗细搭配,富含膳食纤维,能增加肠蠕动。

孕妇:香软腊八粥最合适

女性怀孕早期一般早孕反应严

重,此时应选择容易消化的食物以减少呕吐,粥就是一种很好的选择。孕中期,胎儿生长加快,需要补充能量,同时对铁的需求量增加,而孕晚期则需要加强钙的补充。所以,对准妈妈和新妈妈来说,花生仁、大豆、黑豆、青豆、枣中都含有较丰富的钙,大豆和坚果中还含有较丰富的铁。

儿童:原料尽可能丰富

3~5岁的孩子处于幼儿期,此时多给孩子吃些粗粮类食物,对培养孩子日后良好的饮食习惯非常有益。12岁以后,随着青春期的到来,孩子出现第二个生长高峰,对能量和营养素的需求都超过成年人。所以孩子喝八宝粥所选原料尽可能丰富一些。

新春礼包
益寿大补酒

新春礼包·益寿大补酒
再推礼品装

新年送礼
既实惠又有面儿

拨打电话 0371-56568223
专享晚报特惠价

上周本报的新春礼包·益寿大补酒推出后,引起了消费者的关注,不少读者打来电话询问是否有礼品装,也有消费者直接扫码下单。

经营装修工程的王先生打来电话说:“新年快到了,今年我想给大客户送个特别的礼物,晚报推出的益寿大补酒,精选三七、人参、当归、山药等17味名贵药材,经过49道酿制工艺,经历99天泡制而成。这样高品质补酒正是客户需要的。想问问有礼品装吗?”

为满足消费者的需求,晚报特意与厂家沟通,本期推出礼品装益寿大补酒,包装瓶是经过认证的钧瓷。内装两升补酒,补酒喝完,钧瓷瓶可以保存下来,还有一定的收藏价值呢。这样既实惠又有面儿的礼物,让你心动了吧! 雷群芳

普通装市场价:
每瓶(500ml)268元
晚报特惠价228元
礼品装市场价:
每坛(2000ml)3999元
晚报特惠价3399元

选购热线:
0371-56568223
18638197509



晚报特惠价
扫码下单立享